

образовательных учреждениях корректировать школьную тревожность подростков средствами мандала-терапии.

#### **Литература:**

1. *Исследование тревожности (Ч.Д.Спилбергер, адаптация Ю.Л.Ханин) / Диагностика эмоционально-нравственного развития. Ред. и сост. Дерманова И.Б. – СПб., 2002. С.124-126.*
2. *Копытин А.И. Диагностика в арт-терапии. Метод «Мандала». Москва. 2005 – 24 с.*
3. *Методика диагностики уровня школьной тревожности Филлипса. Интернет - источник [http://azps.ru/tests/tests\\_philips.html](http://azps.ru/tests/tests_philips.html)*
4. *Прихожан А.М. Психология тревожности: дошкольный и школьный возраст (+CD). – СПб.: Питер, 2013 – 192 с.*

**УДК 371.12**

**В.В Соболева, магистр 2  
курса КФУ**

**Валеева Р.А., д.п.н., профессор**

### **АДДИКТИВНОЕ ПОВЕДЕНИЕ ПОДРОСТКОВ: ПРИЧИНЫ И ПРОФИЛАКТИКА**

В настоящее время проблема аддиктивного поведения подростков внедрилась в нашу жизнь крайне остро. Сегодня, увидеть школьника с сигаретой или алкогольным напитком на улице, можно довольно часто, это стало обыденным зрелищем. Практически в каждой семье родители замечали пристрастие своего чада к кому-либо виду аддикции, лишь для некоторых, эта проблема остается на теоретическом уровне. Каждый взрослый человек задает себе вопрос, как бороться с зависимостями среди молодого поколения, ведь эта огромная проблема ведущая за собой разрушительные последствия, как здоровью самого ребенка, так и окружающего мира в целом. По данным Европейского школьного обследования, Россия по показателям приема алкоголя и других веществ, с большим отрывом, разместилась на первой строчке. Около 67% россиян, среди которых 73% мальчиков 15-16 лет, хоть раз в жизни пробовали курить; 34 % курили в течение последних 30 дней перед обследованием, при этом, в том же исследовании, можно заметить, что российские дети, начинают пробовать никотиновые изделия намного раньше своих сверстников из других стран. Доля подростков, начинающих курить в 13 и ранее лет, составляет 54% среди мальчиков и 31% среди девочек. По данным Российского мониторинга (РМЭЗ, 2004) можно определить средний возраст начинающих курильщиков-13 лет. За этим показателем скрыт довольно большой разброс, ведь согласно этих же данных, доля начинающих курить в 10 летнем и ранее возрасте составляет - 12,6 % . Согласитесь, это огромные

цифры.

Другая, не менее важная проблема - подростковый алкоголизм. По данным обследования, проведенного Министерством образования РФ, около 80% россиян в возрасте 11-24 лет потребляют алкоголь. Средний возраст потребления алкоголя составляет 12-13 лет. Согласно обследованию ESPAD Россия относится к числу стран, в которых подростки очень рано приобщаются к алкогольным напиткам: 25% мальчиков и 17% девочек, испытывали алкогольное опьянение до исполнения 13 летнего возраста.

На сегодняшний день, показатели курения и приема алкоголя, заметно уменьшились. Но проблема аддиктивного поведения подростков, так и осталась на критическом уровне. Алкоголь-снижение на 9,1%, подростковое курение-снижение на 23,5%.

Впервые этим вопросом аддиктивного поведения заинтересовались в Канаде и США в 70-80гг, прошлого века. Из доступной литературы, мы можем увидеть труды таких зарубежных авторов, как Freden B. (1974), Chernin K. (1986) и др., В России этой проблемой заинтересовались в Новосибирской психологической школе, конкретно - Цезарь Петрович Короленко, выдающийся ученый автор социодинамической психиатрии. Новосибирская школа занималась исследованиями в области алкоголизма и табакокурения. Базой исследования у них являлись представители народной сферы и именно там обнаружилось, что далеко не все случаи алкоголизации возможно объяснить с точки зрения традиционных представлений об алкоголе, как вредной привычке. Позднее, в 80 годах, появились и другие авторы работающие над проблемами аддиктивного поведения, а именно: Тимофеева А., Донских Т.А., Бочкарева Н.Л. Когда область изучения проникла в подростковые аддикции, пока сложно понять, но изучив доступную литературу, можно предположить, что начало изучения аддикций в подростковой психологии принадлежит таким авторам, как Е.П. Ильин, В. Поликарпов, Я. Обухов, Н. Залыгина и др.

Е.П. Ильин впервые предложил рассматривать аддиктивное поведение подростков не как деструктивное, а как форму девиантного поведения.

Вслед за ним, многие другие авторы пытались смешать эти понятия, но безуспешно. Хочется вернуться к самой ранней работе в этой области, принадлежащей Л.Г. Леонову, Н.Л. Бочкаревой «Вопросы профилактики аддиктивного поведения в подростковом возрасте», где можно встретить данное авторами определение: «Аддиктивное поведение-одна из форм деструктивного поведения, которая выражается в стремлении к уходу от реальности путем изменения своего психического состояния посредством приема некоторых веществ или постоянной фиксацией внимания на определенных предметах или активностях (видах деятельности), что

сопровождается развитием интенсивных эмоций» [6] Это определение адекватно и другим, дающими иными авторами в своих трудах. Ц.П. Короленко и М. Сигал трактуют аддиктивное поведение, как «уход от реальности посредством изменения психического состояния, что может быть достигнуто, как путем приема веществ (химическая аддикция), так и использованием различных активностей (нехимическая аддикция)» [3]. Ильин также понимает под аддиктивным поведением поведение, обусловленное вредными привычками подростков и юношей. Полагаясь на анализ литературы, мы можем выдвинуть определение: аддиктивное поведение - форма деструктивного поведения, выражающаяся в стремлении подростка уйти от реального мира путем поглощения различных психотропных веществ или чрезмерной активности в том или ином виде деятельности, ведущее за собой пагубное влияние на психику и здоровье в целом.

Суть аддиктивного поведения - уход от реальности. Нам остается ответить на вопрос: от чего бежит современный подросток? Попытаемся ответить и выделить основные предпосылки аддиктивного поведения подростков. На сегодняшний день однозначных причин возникновения аддикций выделить невозможно. Обычно, происходит сочетание различных неблагоприятных факторов внешней среды и личностных особенностей каждого ребенка. Выявить группу риска возможно при помощи психологического тестирования, где мы выявляем особенности личности и характера испытуемого. Аддикция развивается при сочетании личных характеристик с определенными обстоятельствами, к примеру, неблагоприятной социальной средой. Возможно выделение и других факторов способствующих развитию аддиктивного поведения:

- низкая адаптация ребенка к условиям окружающей среды (школа, друзья)
- стремление выделиться из общей массы
- азартность, стремление к новым ощущениям
- психологическая неустойчивость
- одиночество
- страхи
- избегание ответственности
- наличие стереотипов и моделей поведения
- демонстрация превосходства и др.

Нужно отметить, что в процессе формирования аддиктивного поведения участвуют все социальные институты окружающие ребенка. Одной из главных сред развития девиантного поведения является семья. Здесь можно выделить множество проблем, ведущих за собой развития аддикции, начиная с примера

такого поведения родителей, заканчивая упущением должного воспитания. Стоит обратить внимание на семьи, формирующие почву для развития аддиктивного поведения, к ним мы можем отнести:

- неполные семьи
- семьи с аморальным образом жизни, с характерными проявлениями алкоголизма, насилия, распущенности, наркомании
- семьи в которых используются неприемлемые способы воспитания, связанные с телесными наказаниями, унижениями
- семьи с постоянными скандалами, конфликтами

Семейные проблемы несут за собой огромный отпечаток на психике детей, а особенно явно они выражаются на подростках. Проявление безразличия к ребенку, враждебного отношения, неуважения личности и деятельности, правила с завышенными требованиями, вызывающие протест ребенка и стремление абстрагироваться от проблем, применение систематических наказаний - все это способствует формированию аддиктивного поведения у подростка. В случае попытки бегства от родителей, ребенок попадает в среду авторитетных сверстников, которая становится для него источником образа жизни и не всегда благоприятной. Здесь формируются новые правила, нормы поведения, жизненные ценности и цели. Не всегда ребенка принимают в свои круги таким, какой он есть, навязывая свои порядки. Чаще всего у мальчиков приоритетным является быть принятым в группу, что является важным поводом для употребления средств зависимости. В подростковом возрасте в первых рядах стоят нормы «модного» поведения, навязывающиеся при помощи СМИ, дети часто копируют поведение любимых героев фильмов и телесериалов, также они завоевывают одобрение сверстников, ведь отклоняющиеся от «нормы» поведение, нередко подвергается жесткой критике. Ради общего одобрения, подросток готов многим жертвовать, своим здоровьем, интересами, индивидуальностью.

При рассмотрении причин девиантного поведения, нельзя исключать роль образовательных учреждений. Ошибки в воспитательной и педагогической деятельности, недостаточное внимание к семьям и досугу учеников, формируют благоприятную почву для отклонений от норм поведения подростков. Отношение учащихся к учебной деятельности является основным фактором, который формирует личность человека в период обучения. Учителям также необходимо наблюдать за общей картиной класса и не упустить главное звено развития аддикций. Им может быть, как один из учащихся класса, так и группа активных учеников, склонных или уже со сложившимися позициями относительно аддиктивного поведения. Такие дети, как правило, являются неуспевающими. Их отношение к школе - отрицательное, что приводит к

конфликтам в классе, с учителями и родителями. На аддиктивное поведение ребенка наталкивают проблемные школьные ситуации с которыми ему сложно справиться или даже невозможно. Конфликты с учителями; школьная дезадаптация; негатив со стороны школьного коллектива; неуважительное или несправедливое отношение к нему со стороны учителей и одноклассников; оскорбления; неудачи в общении; низкая успеваемость, неудовлетворительные оценки; громкие, оскорбительные замечания учителей, унижающие его достоинство, как следствие-низкая самооценка; сложные в выполнении поручения и др. Ребенок пытается убежать от порой невыносимого давления со стороны школьного коллектива и обязательств.

Социальное окружение несет три основных функции развития личности подростка, воспитание, обучение и общение. Семья, школа и группы сверстников - именно отсюда ребенок получает модель поведения и образа жизни. Именно здесь он получает осознание самого себя, здесь формируется его отношение к окружающему миру и самому себе.

Мы рассмотрели основные группы факторов, которые могут благополучно влиять на развитие аддиктивного поведения подростков. Следовательно, используя противоположные условия, можно выработать определенную программу профилактики аддитивного поведения в подростковом возрасте.

На сегодняшний день, мы можем выделить ряд аддикций, встречающихся в подростковом возрасте.

- 1) алкоголизм, табакокурение
- 2) употребление наркотических средств, в том числе лекарственные средства и вещества содержащие различные яды
- 3) булимия, анорексия
- 4) участие в азартных играх, чрезмерное увлечение виртуальной реальностью
- 5) зависимость сексуального поведения
- 6) телевидение, прослушивание музыки
- 7) политика, сектанство, религия, большой спорт

Можно провести параллель между аддиктивным поведением и изменением жизни молодежи. По мере изменения жизни людей появляются новые формы аддиктивного поведения, а некоторые утрачивают свою актуальность и исчезают из списка деструктивных аддикций. Например, с развитием технологий, помимо обилия всевозможных программ и игр, облегчающих существование, на лидирующее место выходят и зависимости от компьютерных игр и интернета. Таким образом, следуя за активно развивающимися тенденциями, мы можем наткнуться на ряд аддикций,

напрямую связанных с общественным одобрением или модой. Также можем выделить «шопоголизм», ставший одной из современных аддикций, анорексию и булимию, навязанную стереотипами модельной внешности и получившую восхищение среди молодого поколения. Есть и ряд противоположных зависимостей, в данный момент находящихся в рамках «критической нормы», считающихся уже нормальным поведением не вызывающим никаких пагубных воздействий ни на самого человека, ни на окружающий мир или получившие одобрение большинства населения, но ранее признанным девиантным поведением. Нельзя причислять к числу аддиктивного поведения и привычки повседневного характера, например употребление сладкого и кофе, ведь они не вызывают реального ущерба, а мы рассматриваем аддикции как форму деструктивного поведения.

Несмотря на разнообразие форм аддиктивного поведения, план профилактики един. Меры профилактики разделяют на 3 этапа:

- Первичная профилактика - предупреждение вовлечения подростков в любые виды зависимостей. Эта работа должна проводиться со всеми подростками. Проведение просветительской работы на уроках, также включение в воспитательный план мероприятий направленных на активную работу детей в рамках программ направленных на осознание ребенка вреда аддиктивного образа жизни.

- Вторичная профилактика - направлена на выявление групп риска и работу для предупреждения аддиктивного поведения. Приобщение подростков к трудовой деятельности, посещение спортивных, эстетических, музыкальных секций, вовлечение в активную жизнедеятельность. Также важно осведомить родителей и педагогов о признаках склонности к аддиктивному поведению подростков.

- Третичная профилактика направлена на работу подростков с сформировавшимся аддиктивным поведением. Реабилитация, возвращение к нормальной активной жизни. На этом этапе следует вести комплексную работу со специалистами медицинских учреждений. Психотерапия и медицинские препараты должны составлять единое целое в лечении последствий аддиктивного поведения подростков.

На сегодняшний день проблема аддиктивного поведения подростков весьма актуальна, но решений по данному вопросу достаточно, для того, чтобы сохранить подростка полноценным членом общества. Необходимо своевременно проявлять активные действия по предотвращению данной проблемы и искоренять ее, начиная с предупреждения подростков, учителей и родителей о возможной опасности.

#### **Литература:**

1. Королев В.В. Психические отклонения у подростков – правонарушителей. – М.: Медицина, 1992.
2. Короленко Ц.Г. О аддиктивном поведении // Обозрение психиатрии и медицинской психологии им. В.М. Бехтерева. – 1991. – №4. – с. 4–10.
3. Короленко Ц.Г., Доноких Т.А. Семь путей к катастрофе: деструктивное поведение в современном мире. – Новосибирск: Наука, 1990.
4. Левин Б.М., Левин М.Б. Наркомания и наркоманы: Кн. для учителя. – М.: Просвещение, 1991.
5. Максимова Н.Ю. О склонности подростков к аддиктивному поведению // Психологический журнал. – 1996. – том 17. – №3. – с.56–60.
6. Манделы Б.Р. Аддиктология (ФГОС ВПО). Учебное пособие, 2004.-с.473
7. Шумилин Е.А. Психологические особенности личности старшеклассника. – М.: Педагогика, 1979.
8. Ялтонский В.М., Сирота Н.А. Исследование условий формирования самооценки при аддиктивном поведении гашишной наркомании у подростков // Обозрение психиатрии и медицинской психологии им. В.М. Бехтерева. – 1991. – №2.

**УДК 371.12**

**Земдиханова И.Ф.,**

**Биктагирова Г.Ф., к.п.н., доцент, КФУ**

### **ФОРМИРОВАНИЕ КОММУНИКАТИВНЫХ УМЕНИЙ У МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ**

Научные исследования показывают, что формирование коммуникативной деятельности следует начать с наиболее раннего возраста. Но этот процесс должен основываться на определенной системе знаний, определяющие тот или иной возрастной период развития ребенка. Этот процесс требует хорошо обдуманной организации и специальной методики.

Данные научных исследований показали, что процесс личностного развития и самоопределения учащихся начальной школы затруднен. Эти данные обуславливаются незрелостью их эмоционально - волевой сферы, отставанием в развитии формирования системы социальных отношений, возрастной идентификации, трудностями семейного воспитания.

Подход к решению данной проблемы предоставлен в трудах Л.С. Выготского. Он рассматривал общение в качестве главного условия личностного развития и воспитания детей. Исходя из концепции Л. С. Выготского, можно сказать, что формирование коммуникативных умений детей считается одной из главных задач общеобразовательных учреждений. Таким образом эффективность и качество процесса общения в большей степени зависят от уровня коммуникативных умений участников общения [1, с.543]

Анализ современных научных исследований и практическая деятельность дают возможность сказать о растущем интересе науки и общества к данной проблеме.